

Petra Šestáková

GRADA®

DETOX ŠATNÍKU

aneb
Najděte
svůj
styl



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Chtěla bych tímto poděkovat všem společnostem, které mi do knihy poskytly vybrané fotografie. Jejich názvy budete nacházet u každé fotografie v průběhu čtení. Děkuji moc!

Petra Šestáková

DETOX ŠATNÍKU

Najděte svůj styl

TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE:

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

www.grada.cz

jako svou 5636. publikaci

Odpovědný redaktor Zdeněk Kubín

Ilustrátor Vladimír Valenta, www.vivart.cz

Sazba a zlom Antonín Plicka

Návrh a zpracování obálky Antonín Plicka

Počet stran 112

Vydání 1., 2014

Vytiskla Tiskárna PROTISK, s.r.o., České Budějovice

© Grada Publishing, a.s., 2014

Cover Photo © fotobanka allphoto

ISBN 978-80-247-5233-4

ELEKTRONICKÉ PUBLIKACE:

ISBN 978-80-247-9420-4 (ve formátu PDF)

Obsah

Úvod	5
Proč vůbec začít rovnat věci ve skříni	9
Čím začít	13
Najdi svůj styl	25
Co si oblékat doma	33
První krok: drobný cíl	37
Druhý krok: vystěhování celé skříně	43
Skládání oblečení	51
Třetí krok: ukládání do skříně	55
Šatní proměny	59
Čištění, praní, žehlení	63
Boty a kabelky	71
Nové nákupy	79
Práce s novým šatníkem	83
Co si sbalit na víkend	87
Co si sbalit na letní dovolenou	91
Co si sbalit na pět dní	97
Co nosit v kosmetické taštičce	101
Co si sbalit do příručního zavazadla do letadla	105
Co na sebe do letadla	109
Konec a zvonec	111





Když v roce 2008 vyšla moje první kniha *Obrazová příručka o líčení*, ani ve snu by mě nenapadlo, že bude nějaká další kniha. Za těch pár let jsem se v mé profesi posunula dál a získala více zkušeností i v oblasti stylingu.

Velmi často jezdím ke klientkám domů a pomáhám jim tvořit nový šatník. Postupem času mi docházelo, že je to vlastně taková psychologická očištná věc s nádechem duchovna, která je velmi potřebná. Každá žena má nutkání uklízet a organizovat. Některá víc, některá míň. Některá žena sebere odvalu, jde do toho po hlavě hned a na nic nečeká.



Foto: Indeco

Organizace šatníků, skříní a šuplíků je důležitou součástí života. Sama jsem se řadu let zabývala tím svým. Vždy jsem měla sklony k tomu, abych nic neschovala. Vše, co nepotřebuji, jsem radikálně vyřazovala. Rodiče mi říkali, že jsem takový pročišťovač. A vidíte, teď při mé práci se to náramně hodí. 😊



Foto: Indeco



Foto: Indeco

Díky mé profesi vizážistky a stylistky jsem našla spoustu figlů, jak si vše správně uspořádat. Řekla jsem si, že když radím ostatním, měla bych začít hlavně sama u sebe. Teď už mám vše dokonale přehledné a svoje pravidla dodržuji poctivě!

Tato kniha vám bude „skvělou zkratkou“ k cíli. Podělím se s vámi o tipy, inspiraci a užitečné kontakty. Vše doplněné ilustračními fotkami nebo nákresey. Občas jsem k tomu přimíchala poznatky a pocity, které jsem sama při pročišťování svých skříní a šuplíků prožívala.

Petra

Hodně štěstí!

To doporučuji! ✓

Dovolte věcem, které již nepotřebujete, aby vás opustily. Dejte jim možnost, aby se z nich radoval někdo jiný. Váš život se tím radikálně změní. Věřte mi.







Proč vůbec začít rovnat věci ve skříní

Podle systému feng-šuej platí jedna věc: uklidíš-li si v bytě, jako by sis uklidil sám v sobě. A přesně to je ten důvod. Rovnáním a zpřehledňováním věcí ve skříní rovnáme a zpřehledňujeme i svůj život. Ranní „starty“ se zkrátí na minimum a zbylou energii a čas budete moci vložit do užitečnějších věcí.

- * Vaším bytem pak bude **energie** protékat jedna radost (můžete a nemusíte tomu věřit). Vy osobně, ale i vaše návštěvy se budete **cítit lépe** a bude u vás přetrvávat pocit uklizeného, čistého, harmonického a šťastného prostředí.
- * V bytě nastolíte úplný **přehled** a náhle bude **prostor** naplněn kreativním myšlením a inovativními nápady. Váš domov vás totiž významně ovlivňuje, jak v tom dobrém, tak i v tom špatném.
- * Rovnáním věcí také zjistíte, do jaké míry se váš **styl** oblékání **změnil**. Už vás třeba nebudou bavit krátká trika, trička s potiskem, bláznivé designy nebo rozevláté sukně. Zjistíte, že máte ráda uhlazenější styl nebo naopak.
- * Například jste před dvěma lety změnila zaměstnání a odešla pracovat na volnou nohu, vaše oblékání doznalo jistých změn. Nemusíte už nosit tolik konzervativního oblečení a váš šatník se tím pádem trochu **přifouknul**.
- * Připadá vám, že nemáte dostatek prostoru k tomu, abyste vše přerovнала? Vaše rodina se rozrostla, změnila jste třeba zaměstnání a teď pracujete doma? Zamyslete se nad tím, jestli nepotřebujete o něco **větší byt**.

